# సాక్షి
## జయశంకర్ భూపాలపల్లి

శనివారం | 4 | నవంబర్ | 2023






**నేడు మేడిగడ్డకు బీజేపీ టీం**

మహదేవపూర్ మండలంలో నిర్మించిన కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టులోని మేడిగడ్డ బ్యారేజీని నేడు (శనివారం) బీజేపీ నాయకులు పరిశీలించనున్నారు.

-IIలో▸



**పోడు భూములకు పట్టాలివ్వాలి**

-IIIలో▸

పోడు చేసుకుంటున్న వ్యవసాయ భూమికి పట్టాలు ఇవ్వాలని నాయకపోడు సంఘం నాయకులు డిమాండ్ చేశారు.

**వాతావరణం**

గరిష్టం/కనిష్టం
$30.0^0$ / $25.0^0$

జిల్లాలో ఉదయం మంచు కురుస్తుంది. మధ్యాహ్నం మాములు ఉష్ణోగ్రతలు ఉంటాయి. రాత్రి చలి తీవ్రత పెరుగుతుంది.

## న్యూస్‌రీల్

### పరీక్ష ఫీజు చెల్లించాలి

**భూపాలపల్లి అర్బన్:** పదో తరగతి విద్యార్థులు ఈ నెల 17వ తేదీలోపు పరీక్ష ఫీజు చెల్లించాలని జిల్లా ఇన్‌చార్జ్ విద్యాశాఖ అధికారి రాంకుమార్, ఏసీఈజీ రవీందర్‌రెడ్డి శుక్రవారం ఒక సంయుక్త ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. రెగ్యులర్ విద్యార్థులు ఆలస్య రుసుం లేకుండా ఈ నెల 17వ తేదీలోపు, రూ.50 ఆలస్య రుసుంతో డిసెంబర్ 1, రూ.200 ఆలస్య రుసుముతో డిసెంబర్ 11, రూ.500 ఆలస్య రుసుముతో డిసెంబర్ 20వరకు ప్రధానోపాధ్యాయులకు చెల్లించవచ్చన్నారు.

### ఫిర్యాదుల స్వీకరణ

**భూపాలపల్లి:** ఎన్నికల ప్రవర్తన నియమావళి పకడ్బందీగా అమలులో భాగంగా కల్తీ మద్యం, అక్రమ మద్యం సరఫరా, నిల్వలపై ఫిర్యాదులు స్వీకరిస్తున్నట్లు జిల్లా ఎక్సైజ్ సూపరింటెండెంట్ శ్రీనివాస్ ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. సమాచారం తెలిసిన ప్రజలు రాష్ట్రస్థాయి టోల్ ఫ్రీ నంబర్ 18004252523కు ఫోన్‌చేసి ఫిర్యాదు చేయవచ్చన్నారు. జిల్లాస్థాయి కంట్రోల్ రూం 91828 93740 నంబర్‌కు కూడా ఫోన్‌చేసి ఫిర్యాదు చేసే అవకాశముందన్నారు.

### జిల్లాలో పోలీస్ యాక్ట్ అమలు

**భూపాలపల్లి అర్బన్:** జిల్లాలో శాంతి భద్రతల పరిరక్షణలో భాగంగా ఈనెల 30 వరకు జిల్లా వ్యాప్తంగా పోలీసు యాక్ట్ అమలులో ఉంటుందని ఎస్పీ కిరణ్‌ఖరే శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. పోలీసు యాక్ట్ ప్రకారం పోలీసు అధికారుల అనుమతి లేకుండా ధర్నాలు, రాస్తారోకోలు, నిరసనలు, ర్యాలీలు, పబ్లిక్ మీటింగ్‌లు, సభలు, సమావేశాలు నిర్వహించవద్దన్నారు. శాంతిభద్రతలకు భంగం కలిగించే విధంగా, ప్రభుత్వ ఆస్తులకు నష్టం కలిగించే చట్ట వ్యతిరేక కార్యక్రమాలు చేపట్టరాదని సూచించారు. జిల్లా ప్రజలు పోలీసులకు సహకరించి శాంతిభద్రతల పరిరక్షణకు పాటుపడాలని కోరారు.

### 14న సమావేశం

**భూపాలపల్లి రూరల్:** ఈ నెల 14న ఉదయం 10:30 గంటలకు జెడ్పీ కార్యాలయంలో స్థాయీ సంఘాల సమావేశం నిర్వహించనున్నట్లు జెడ్పీ సీఈఓ విజయలక్ష్మి శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. అధికారులు సకాలంలో హాజరై విజయవంతం చేయాలన్నారు.

### 6నుంచి కళా ఉత్సవాలు

**భూపాలపల్లి అర్బన్:** ఈ నెల 6వ తేదీ నుంచి జిల్లాలో కళా ఉత్సవాలను నిర్వహించనున్నట్లు జిల్లా ఇన్‌చార్జ్ విద్యాశాఖ అధికారి రాంకుమార్, కోఆర్డినేటర్ లక్ష్మణ్ శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. జిల్లాలోని అన్ని మండల కేంద్రాలలో ఈ నెల 6నుంచి 7వ తేదీ వరకు కళా ఉత్సవాలు నిర్వహించాలని సూచించారు. ప్రతిభ కనబరిచిన వారి వివరాలు 8వ తేదీన జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి కార్యాలయంలో అందజేయాలన్నారు. కళా ఉత్సవాలలో గాత్ర సంగీతం–శాస్త్రీయ, గాత్ర సంగీతం–సాంప్రదాయ జానపద, వాయిద్య సంగీతం–పెర్కసివ్, వాయిద్య సంగీతం–శ్రావ్యమైన, నృత్యం–శాస్త్రీయ, నృత్యం–జానపద, దృశ్యకళలు–2 డైమెన్షనల్, దృశ్యకళలు–3 డైమెన్షనల్, దేశీయ బొమ్మలు ఆటలు నాటకం సోలో నటన అంశాలలో పోటీలు నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. ఈ పోటీల్లో 9నుంచి 12వ తరగతి ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ పాఠశాల విద్యార్థులు పాల్గొనాలని సూచించారు.

### బీజేపీకి చాడ రఘునాథ్‌రెడ్డి రాజీనామా



**భూపాలపల్లి రూరల్:** బీజేపీ సభ్యత్వానికి, రాష్ట్ర కౌన్సిల్ మెంబర్‌కు, వరంగల్ పార్లమెంట్ కో–కన్వీనర్ పదవికి రాజీనామా చేస్తున్నట్లు చాడ రఘునాథ్‌రెడ్డి శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. తన రాజీనామాను జిల్లా అధ్యక్షుడు కన్నం యుగదీశ్వర్‌కు అందజేశారు. రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు కిషన్‌రెడ్డికి పంపించాలని కోరినట్లు తెలిపారు. ఇన్ని రోజులు తనకు సహకరించిన నాయకులకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

### పేరుపేరుకో చరిత్ర

- ఉమ్మడి జిల్లాలో 12 నియోజకవర్గాలు
- నైసర్గిక స్వరూపం.. జనాభా ఆధారంగా నవీకరణ

### ప్రత్యేక కార్పొరేషన్ కావాలి

- ఉపాధి లేకనే ఆటోరంగం వైపు మళ్లాం
- 'సాక్షి' పీపుల్స్ ఎజెండాలో ఆటోడ్రైవర్లు

-IIలో▸

# ఇంటి వద్దే ఓటేయొచ్చు..




### వయోవృద్ధులు, దివ్యాంగులకు అవకాశం

- పోస్టల్ బ్యాలెట్ ద్వారా వినియోగం..
- ఈనెల 7వరకు ఫారం–12డీ అందజేతకు గడువు

**భూపాలపల్లి అర్బన్:** ఈ నెల 30న అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో వందశాతం పోలింగ్ నమోదు లక్ష్యంగా కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం చర్యలు చేపడుతుంది. ఇందులో భాగంగా దివ్యాంగులు, 80 ఏళ్ల పైబడిన వద్ధులు ఇంటి వద్దనే ఓటు హక్కు వినియోగించుకునే అవకాశం కల్పిస్తోంది. కర్ణాటక అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఈ విధానం విజయవంతం కావడంతో రాష్ట్రంలోనూ అమలుకు ఎలక్షన్ కమిషన్ చర్యలు చేపడుతోంది. భూపాలపల్లి నియోజకవర్గంలో 2,68,028 ఓటర్లు ఉన్నారు. ఇందులో వయోవద్ధులు 4,647మంది ఉన్నారు. ఇలాంటి వారు ఇంటి వద్దనే తమ ఓటు హక్కు వినియోగించుకునేలా అధికారులు చర్యలు చేపడుతున్నారు. ఈ మేరకు ఆసక్తి చూపే వారి నుంచి దరఖాస్తులు స్వీకరించనున్నారు. వాటి ప్రకారం పోస్టల్ బ్యాలెట్ విధానంలో ఎన్నికలకు ఒక రోజు ముందుగానే అధికారులు వారి ఇంటికి వెళ్లి ఓటు వేయిస్తారు. దీంతో వయోవద్ధులు పోలింగ్ కేంద్రాలకు వచ్చే ఇబ్బందులు తప్పనున్నాయి.

**ఫారం–12డీ అందజేసిన వారికే..**

ఓటరు జాబితాలో పేరు కలిగిన 80ఏళ్ల పైబడిన వయోవద్ధులతో పాటు 40శాతానికి మించి వైకల్యం కలిగిన దివ్యాంగులు ఇంటి వద్ద నుంచే ఓటు హక్కు వినియోగించుకోవచ్చు. ఇందుకోసం సంబంధిత బీఎల్‌ఓల వద్ద 12డీ ఫారంలో తమ పూర్తి వివరాలు నమోదుచేసి నవంబర్ 7వ తేదీ లోపు బీఎల్‌ఓలకు అందజేయాలి. ఇలా అందజేసిన వారికే ఇంటి నుంచి ఓటు వేసే అవకాశం కల్పిస్తారు. ఈ వివరాలను బీఎల్వోలు సంబంధిత రిటర్నింగ్ అధికారులకు అందజేస్తారు. వీటి ఆధారంగా వయోవద్ధులు, దివ్యాంగులు ఇంటి వద్దనే ఓటు వేసేలా చర్యలు చేపడతారు. ఒకవేళ ఎవరైనా పోలింగ్ కేంద్రానికి వచ్చి ఓటు హక్కు వినియోగించుకుంటానని చెబితే వారికి ఫారం 12డీ ఇవ్వరు. అలాంటివారు నేరుగా పోలింగ్ కేంద్రాలకు వెళ్లి ఓటు హక్కు వినియోగించుకోవచ్చు. కేంద్రాల్లో దివ్యాంగుల సౌకర్యార్థం ర్యాంపులు, వయోవద్ధుల కోసం వీల్ చైర్స్‌తో అటెండర్లను అందుబాటులో ఉంచనున్నారు.

**ఎన్ని సంవత్సరాలు.. ఎంత మంది..**

| | 80-89 | 90-99 | 100-109 |
|---|---|---|---|
| పురుషులు | 1,364 | 261 | 18 |
| మహిళలు | 2,481 | 499 | 24 |
| మొత్తం | 3,845 | 760 | 42 |

**ఏర్పాట్లు చేస్తున్నాం..**

జిల్లాలో అర్హత కలిగిన దివ్యాంగులు, వృద్ధులను గుర్తించాం. ఎన్నికల కమిషన్ ఆదేశాల మేరకు ముందుగా వారికి ఫారం–12డీ అందజేస్తాం. బ్యాలెట్ ఓటింగ్‌ను పకడ్బందీగా నిర్వహిస్తాం. ఓటర్లకు అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నాం. అర్హత, ఆసక్తి కలిగిన వారు ఉన్నట్లయితే బీఎల్‌ఓను సంప్రదించాలి. ఓటింగ్ శాతం పెంచేందుకు ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలి.

– రమాదేవి, ఆర్డీఓ, భూపాలపల్లి రిటర్నింగ్ అధికారి

**రహస్యంగా బ్యాలెట్ ఓటు..**

ఫారం–12డీ ద్వారా ఇంటి నుంచి ఓటు వేసేందుకు దరఖాస్తు చేసుకుంటే వారి వద్దకు అధికారులు ఎన్నికలకు ముందు రోజే ప్రత్యేక మొబైల్ వ్యాన్‌లో చేరుకుంటారు. ఇందులో ఇద్దరు పోలింగ్ అధికారులు, ఓ వీడియోగ్రాఫర్, ఓ కానిస్టేబుల్ ఉంటారు. ఎన్నికల అధికారులు నిర్ధేశించిన పోలింగ్ కంపార్ట్‌మెంట్‌లో ఓటరు రహస్యంగా ఓటు హక్కు వినియోగించుకుని బ్యాలెట్ బాక్స్‌లో వేయాల్సి ఉంటుంది. ఈ ప్రక్రియను అంతా వీడియో ద్వారా చిత్రీకరిస్తారు. ఈ విధానంతో పోలింగ్ కేంద్రాలకు వచ్చే ఇబ్బందులు దూరం కానుండటంతో పాటు ఓటింగ్ శాతం పెరగనుంది.



నామినేషన్ పత్రాలు అందజేస్తున్న బీజేపీ అభ్యర్థి కీర్తిరెడ్డి



గండ్ర సత్యనారాయణరావు తరఫున నామినేషన్ పత్రాలు అందజేస్తున్న గండ్ర పద్మ

## భూపాలపల్లిలో రెండు నామినేషన్లు

**భూపాలపల్లి అర్బన్:** నామినేషన్ల ప్రక్రియ ప్రారంభమైన మొదటి రోజే భూపాలపల్లి అసెంబ్లీ నియోజకవర్గంలో శుక్రవారం రెండు నామినేషన్లు దాఖలు చేసినట్లు నియోజకవర్గ రిటర్నింగ్ అధికారి, ఆర్డీఓ రమాదేవి తెలిపారు. బీజేపీ అభ్యర్థి చందుపట్ల కీర్తిరెడ్డి, కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి గండ్ర సత్యనారాయణరావు తరఫున గణపురం జెడ్పీటీసీ సభ్యురాలు గండ్ర పద్మ నామినేషన్ వేశారు. మొదటి నామినేషన్ సెట్‌ను మాత్రమే దాఖలు చేశారు.

## పకడ్బందీగా వ్యయ వివరాల నమోదు

**ఎన్నికల పరిశీలకులు కౌశిక్ రాయ్**

**భూపాలపల్లి అర్బన్:** అసెంబ్లీ ఎన్నికల నేపథ్యంలో అభ్యర్థుల ఎన్నికల వ్యయ వివరాలను పకడ్బందీగా నిబంధనల మేరకు నమోదు చేయాలని భూపాలపల్లి ఎన్నికల పరిశీలకులు కౌశిక్ రాయ్ అన్నారు. ఎన్నికల వ్యయ వివరాల నమోదుపై జిల్లా ఎన్నికల అధికారి భవేష్‌మిశ్రాతో కలిసి శుక్రవారం కలెక్టరేట్‌లో సంబంధిత అధికారులతో సమీక్ష నిర్వహించారు. భూపాలపల్లి నియోజకవర్గ పరిధిలో ఎన్నికల నిర్వహణకు చేపట్టిన చర్యలు, అభ్యర్థులు ఎన్నికల ఖర్చుల నమోదు కోసం ఏర్పాటుచేసిన బృందాలు వాటి పనితీరు తదితర అంశాలను జిల్లా ఎన్నికల అధికారి భవేష్‌మిశ్రా వివరించారు. అనంతరం భూపాలపల్లి ఎన్నికల వ్యయ పరిశీలకులు కౌశిక్ రాయ్ మాట్లాడుతూ.. ఎన్నికల ఖర్చులు నమోదు కోసం ఏర్పాటు చేసిన బృందాలు పకడ్బందీగా విధులు నిర్వహించాలని అన్నారు. ఎన్నికల సమయంలో నగదు, బంగారం, వస్తువుల పంపిణీ జరగకుండా అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. క్షేత్రస్థాయి నుంచి వచ్చే ఫిర్యాదులు, సమాచారం తీసుకుంటూ పకడ్బందీగా విధులు నిర్వహించాలని అన్నారు. సహాయ వ్యయ అధికారులతో సమన్వయం చేసుకోవాలని సూచించారు. సహాయ వ్యయ పరిశీలన అధికారులు రిటర్నింగ్ అధికారులతో సమన్వయం చేసుకోవాలని చెప్పారు. అనుమానాస్పద బ్యాంక్ లావాదేవీలు, రూ.10లక్షల కంటే మించి నగదు జమ, ఉపసంహరణ, ఆన్‌లైన్ ద్వారా మల్టీపుల్ లావాదేవీలపై పర్యవేక్షణ చేయాలని అన్నారు. ఇన్‌కంటాక్స్, వాణిజ్య పన్నుల శాఖ, వ్యయ పరిశీలన శాఖలు ఎన్నికల వ్యయం నమోదులో సమన్వయంతో పని చేయాలని అన్నారు. ఎంసీఎంసీ కమిటీ ద్వారా రోజువారీ దినపత్రికల్లో, లోకల్ చానెల్‌లో వచ్చే పేడ్ న్యూస్‌పై దృష్టి సారించాలని చెప్పారు. రాజకీయ సభ్యులు సమావేశాలు నిర్వహించే సమయంలో వాటిని నిశితంగా రికార్డ్ చేయాలని, అక్కడ వినియోగించే ప్రతి వస్తువు రేట్‌చార్ట్ ప్రకారం అభ్యర్థి ఎన్నికల ఖాతాలో నమోదు జరిగే విధంగా నిబంధనల మేరకు చర్యలు తీసుకోవాలని తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో ఎస్పీ కిరణ్‌ఖరే, అదనపు కలెక్టర్ వెంకటేశ్వర్లు, అసిస్టెంట్ కలెక్టర్ ఉమా శంకర్‌ప్రసాద్, ఆర్డీఓ రమాదేవి, డీఎస్పీ రాములు, ఐటీ అధికారులు, వీఎస్‌టీ, ఎస్ఎస్‌టీ, ఎంసీసీ, ఎంసీఎంసీ బృందం సభ్యులు పాల్గొన్నారు.




సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న కౌశిక్‌రాయ్

## బీఆర్‌ఎస్‌కు ఓటేస్తే మరింత అభివృద్ధి

**ఎమ్మెల్యే, భూపాలపల్లి బీఆర్‌ఎస్ అభ్యర్థి వెంకటరమణారెడ్డి**

**భూపాలపల్లి అర్బన్:** బీఆర్‌ఎస్ పార్టీకి ఓటేస్తే భూపాలపల్లి మరింత అభివృద్ధి చెందుతుందని ఎమ్మెల్యే, భూపాలపల్లి బీఆర్‌ఎస్ అభ్యర్థి వెంకటరమణారెడ్డి అన్నారు. ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా శుక్రవారం భూపాలపల్లి పట్టణంలోని 1వ వార్డు గడ్డిగానిపల్లి, సెగ్గంపల్లిలో ఎన్నికల ఇన్‌చార్జ్, ఎమ్మెల్సీ బస్వరాజు సారయ్యతో కలిసి ఇంటింటి ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా గండ్ర మాట్లాడుతూ గ్యారెంటీ లేని పార్టీలకు ఓటేస్తే అభివృద్ధిలో వెనకబడిపోయే ప్రమాదం ఉందన్నారు. జిల్లాను అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేస్తున్న బీఆర్‌ఎస్ పార్టీకి ఓటు వేయాలని కోరారు. పట్టణానికి సమగ్ర ప్లానింగ్ మాస్టర్ ప్లాన్ తయారు చేసి, మైనింగ్ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల తీసుకువస్తామని హామీ ఇచ్చారు. పట్టణ మహిళల స్కిల్ డెవలప్‌మెంట్ కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేసి ఉపాధి అవకాశం కల్పిస్తామన్నారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్ట్ కట్టినప్పుడు కోర్టుల్లో కేసుల వేసిన పార్టీలు.. చిన్న ఘటనకు అంగీలు చింపుకుంటున్నారని ఎద్దేవా చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్ సెగ్గం వెంకటరాణిసిద్దు, పీఏసీఎస్ చైర్మన్ మేకల సంపత్‌కుమార్, జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ బుర్ర రమేష్, నాయకులు జనార్దన్, మల్లేష్, అశోక్, దేవేందర్‌రెడ్డి, దినేష్ పాల్గొన్నారు.



భూపాలపల్లి అర్బన్: ఓట్లు అభ్యర్థిస్తున్న గండ్ర

**ప్రభుత్వ పథకాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లాలి**

**రేగొండ (కొత్తపల్లిగోరి):** ప్రభుత్వ పథకాలను ప్రతి గడపకు చేరవేసి భూపాలపల్లిలో బీఆర్‌ఎస్‌ను అఖండ మెజారిటీతో గెలిపించాలని గండ్ర వెంకటరమణారెడ్డి అన్నారు. కొత్తపల్లి గోరి మండలంలోని గాంధీనగర్, కొనరావుపేట, వేంకటేశ్వర్లపల్లి, సుల్తాన్‌పూర్, జగ్గయ్యపేట, రామగుండాలపల్లి గ్రామాలలో ఏర్పాటు చేసిన ముఖ్యకార్యకర్తల సమావేశంలో బస్వరాజు సారయ్యతో కలిసి పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జెడ్పీటీసీ సాయిని విజయ, మండల అధ్యక్షుడు మటిక సంతోష్, మార్కెట్ డైరెక్టర్ శ్రీనివాస్, సర్పంచ్‌లు సంతోష్, శ్వేతరాజు, రజితరాజు, అంబాల చందు, పాతపల్లి సంతోష్, పద్మ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

## ప్రతీ ఒక్కరు ఓటుహక్కు వినియోగించుకోవాలి

**భూపాలపల్లి రూరల్:** ప్రతీ ఒక్కరు ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని జెడ్పీ సీఈఓ విజయలక్ష్మి అన్నారు. మున్సిపల్ కార్యాలయం సమావేశ మందిరంలో శుక్రవారం దివ్యాంగులు, వయోవృద్ధుల శాఖ ఆధ్వర్యంలో దివ్యాంగులు, వృద్ధులతో సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జెడ్పీ సీఈఓ విజయలక్ష్మి, జిల్లా సంక్షేమ అధికారి నాగేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ.. దివ్యాంగులు, వృద్ధులు ఓటు హక్కు వినియోగించుకునే విధంగా అవగాహన కల్పించారు. ఈ సమావేశంలో సంక్షాప్ యాప్ గురించి వివరించారు. ఈ సందర్భంగా అందరం ఓటేస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భూపాలపల్లి సీడీపీఓ అవంతి, దివ్యాంగుల కమిటీ సభ్యులు జిట్టబోయిన ప్రశాంత్, గుండబోయిన నీలాంబరం, కుమారస్వామి, కొండ సారయ్య, వయోవృద్ధులు సమ్మయ్య, చంద్రయ్య, ఆరేపల్లి వెంకటయ్య, మంజుల తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సమావేశంలో పాల్గొన్న అధికారులు

# ఉపాధికి ప్రణాళిక..

### పనుల గుర్తింపునకు అధికారుల కసరత్తు

- ఈ ఏడాది 91.15 శాతం పనిదినాలు పూర్తి
- కూలీల బడ్జెట్ తయారీకి కార్యాచరణ

**భూపాలపల్లి రూరల్:** వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరంలో ఉపాధి హామీ కూలీలకు పనిదినాలు ఖరారు చేసేందుకు అధికారులు ప్రణాళికలు రూపొందిస్తున్నారు. ఇందులో భాగంగానే నెల రోజులుగా ఉపాధిహామీ సిబ్బంది క్షేత్రస్థాయిలో పనులను గుర్తిస్తున్నారు. ఎన్నికల కోడ్ ముగిసిన అనంతరం గ్రామసభలో తీర్మానం చేయనున్నారు. నీటి సంరక్షణ పనులకు అధిక ప్రాధాన్యం ఇస్తూ గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో వలసలు నిరోధించి కూలీలకు పకడ్బందీగా పనులు కల్పించేందుకు అధికారులు కసరత్తు చేస్తున్నారు. ఈ ఏడాదిలో ఇప్పటికే కూలీలకు 91.15 శాతం పనిదినాలు కల్పించారు.

**పనుల గుర్తింపు..**

వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరంలో చేపట్టాల్సిన ఉపాధి పనులను అక్టోబర్ మొదటివారంలో ఆయా గ్రామ పంచాయతీల్లో సర్పంచ్, వార్డుసభ్యులు, పంచాయతీ కార్యదర్శులు, రైతులు, గ్రామస్తులు, ఉపాధిహామీ సిబ్బంది గుర్తించారు. శాశ్వత పనులకు ఎక్కువగా ప్రాధాన్యం ఇవ్వనున్నారు. ప్రధానంగా నీటి సంరక్షణ పనులకు ప్రాధాన్యత కల్పిస్తున్నట్లు అధికారులు చెబుతున్నారు. ఇంకుడుగుంతలు, కంపోస్ట్‌పిట్‌లు, పండ్లతోటలు, పశువుల పాకలు, గొర్రెల షెడ్లు, నర్సరీలు, వంట గదులు తదితర పనులు ఇందులో ఉన్నాయి. కూలీల డిమాండ్‌ను పరిగణలోకి తీసుకొని వ్యవసాయ సీజన్‌లో, అన్‌సీజన్‌లో ఆయా గ్రామాల్లో ఏరకమైన పనులు చేపట్టవచ్చో ముందస్తుగా పరిగణలోకి తీసుకొని పనులను గుర్తించనున్నారు.

**ఈ ఏడాది 91.15 శాతం పనిదినాలు పూర్తి**

ఈ ఏడాది ఉపాధి హామీలో 31మార్చి 2024 వరకు 100 శాతం పనిదినాలు పూర్తి కావాల్సి ఉండగా అక్టోబర్ 31వ తేదీ వరకు 7 నెలల్లోనే 17.78 లక్షల పనిదినాల లక్ష్యానికి, 16.20 లక్షల పనిదినాలతో 91.15 శాతం వరకు పూర్తయినట్లు అధికారుల లెక్కలు చెబుతున్నాయి. ఈ ఆర్థిక సంవత్సరంలో వంద రోజులు పని దినాలు పూర్తిచేసిన కుటుంబాల సంఖ్య 175 ఉన్నట్లు అధికారులు పేర్కొంటున్నారు.

**మారిన విధి విధానాలు..**

ఏటా ఉపాధిహామీ పథకం వార్షిక ప్రణాళిక తయారీకి అక్టోబర్ ఒకటినుంచి నవంబర్ 30 వరకు అధికారులు గ్రామ సభలు నిర్వహిస్తారు. గతంలో ఇష్టానుసారంగా పనుల గుర్తింపు జరిగేది. దీంతో పలుచోట్ల ప్రజాధనం వృథా అయ్యేది. ఈ విషయాలను సామాజిక తనిఖీల్లో గుర్తించిన ప్రభుత్వం పారదర్శకత కోసం నాలుగేళ్లుగా గ్రామసభల ద్వారానే పనులను గుర్తించేలా చర్యలు చేపట్టింది. ఈసారి విధివిధానాలను మార్చిన కేంద్ర ప్రభుత్వం మొదట గుర్తించిన 20పనులు పూర్తయిన తర్వాత 20 పనులు ప్రారంభించేలా నిబంధనలు పెట్టింది. దీంతో చేపట్టిన పనులు మధ్యలో నిలిచిపోకుండా పూర్తి కానున్నాయి.



**ఉపాధి హామీ వివరాలు..**

| | |
|---|---|
| మండలాలు | 11 |
| పంచాయతీలు | 241 |
| జాబ్‌కార్డులు | 1,09,122 |
| కూలీల సంఖ్య | 2,41,500 |
| ఇప్పటి వరకు పూర్తి చేసిన పనిదినాలు | 16,20,000 |
| సగటు కూలి | రూ.176.41 |

**గ్రామసభలు నిర్వహిస్తున్నాం..**



వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరం ఉపాధి హామీ ద్వారా చేపట్టే పనులను అధికారులు గుర్తిస్తున్నారు. ఎన్నికల కోడ్ ముగిసిన తర్వాత కూలీల భాగస్వామ్యంతో పనులను పూర్తిస్థాయిలో గుర్తిస్తాం. ఈ ఏడాది పనిదినాల లక్ష్యం ఇప్పటివరకు 91.15శాతం పూర్తయింది.

– పురుషోత్తం, డీఆర్‌డీఓ

## నిర్భయంగా ఓటు వేయండి




ఫ్లాగ్ మార్చ్ నిర్వహిస్తున్న ఏఎస్పీ సంకీర్త్, కేంద్ర బలగాలు

**మంగపేట:** ఈనెల 30న జరుగనున్న సార్వత్రిక ఎన్నికల్లో రాజ్యాంగం కల్పించిన ఓటు హక్కును భయాందోళనకు గురికాకుండా వినియోగించుకోవాలని ఏటూరునాగారం ఏఎస్పీ సిరిశెట్టి సంకీర్త్ అన్నారు. మండలంలోని రాజుపేట నుంచి రమనక్కపేట వరకు ఏటూరునాగారం సీఐ మండల రాజు, ఎస్సై రవి కుమార్ ఆధ్వర్యంలో కేంద్ర సాయుధ బలగాలతో శుక్రవారం ఫ్లాగ్ మార్చ్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఏఎస్పీ సంకీర్త్ మాట్లాడుతూ జరుగనున్న ఎన్నికలను ప్రశాంతంగా నిర్వహించేందుకు ఎలక్షన్ కమిషన్ ఆఫ్ ఇండియా ప్రత్యేక దృష్టి సారించిందన్నారు. దీనిలో భాగంగా మండలంలోని సమస్యాత్మకమైన పోలింగ్ కేంద్రాలను గుర్తించి పలు చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. ఎన్నికల నిబంధనలు ఉల్లంఘించి చట్ట వ్యతిరేక కార్యకలాపాలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. ఓటర్లకు మద్యం, నగదు, చీరలు ఇతర వస్తువులను పంపిణీ చేసినట్లయితే సీవిజిల్ యాప్‌లో ఫిర్యాదు చేస్తే చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కేంద్ర బలగాల ఇన్‌చార్జ్ ఉషాలీని, సలీమ్, తదితరులు ఉన్నారు.

### బాధ్యతల అప్పగింత

**కాటారం:** పలు ఆరోపణలతో కాటారం అటవీశాఖ రేంజ్ పరిధిలో సస్పెన్షన్‌కు గురైన ఐదుగురు అధికారుల స్థానంలో నూతన అధికారులకు బాధ్యతలు అప్పగించారు. మహదేవపూర్ ఎఫ్‌డీఓ వజ్రారెడ్డి ఈ మేరకు శుక్రవారం ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. కాటారం ఇన్‌చార్జ్ రేంజ్ అధికారిగా పెగడపల్లి రేంజ్ అధికారిణి స్వాతికి, దామెరకుంట డీఆర్వో సుమన్, చింతకాని ఎఫ్ఎస్ఓ అర్చన, గూడురు, చింతకాని బీట్ అధికారులు జయలక్ష్మి, అశోక్‌లకు అదనపు బాధ్యతలు అప్పగిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

### అభ్యంతరకర పోస్టులపై కేసు నమోదు

**కాటారం:** మంథని ఎమ్మెల్యే, కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి శ్రీధర్‌బాబును అవమానపర్చేలా సోషల్ మీడియాలో పోస్టింగ్ పెట్టిన రామిళ్ల రాజబాబుపై కేసు నమోదు చేసినట్లు ఎస్సై అభినవ్ తెలిపారు. ఎస్సై తెలిపిన వివరాల ప్రకారం ఎమ్మెల్యే శ్రీధర్‌బాబుపై రామిళ్ల రాజబాబు వ్యక్తిగతమైన అభ్యంతరకర పోస్టులను తన వాట్సాప్ స్టేటస్ పెట్టుకోవడంతో పాటు సోషల్ మీడియాలో పోస్టింగ్ చేశాడు. దీంతో మండల కేంద్రానికి చెందిన గంట రాజబాబు పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు ఎస్సై తెలిపారు.



దేశం నుంచి భూస్వామ్య అవశేషాలను, కుల, మత, వర్గ భావనలను రూపుమాపాలంటే ఎన్నికలే శరణ్యం.
- టీఎన్ శేషన్

జంగ్ తెలంగాణ

# పేరు పేరుకో చరిత్ర

- ఉమ్మడి జిల్లాలో 12 నియోజకవర్గాలు
- నైసర్గిక స్వరూపం.. జనాభా ఆధారంగా నవీకరణ

ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లాలో నియోజకవర్గాల పేర్లకు ఘన చరిత్ర ఉంది. 2009 పునర్విభజన తర్వాత 12 శాసనసభ నియోజకవర్గాలు ఏర్పడ్డాయి. వాటికి ఆ పేరెలా వచ్చిందనేది చరిత్ర పరిశోధకులు, ఆయా ప్రాంతాల్లోని పెద్దల్ని అడగ్గా.. వారు అందించిన సమాచారం 'సాక్షి' ప్రత్యేకం.

– హన్మకొండ అర్బన్




### భూపాలపల్లి

1889లో భూక్యా భూపాల్‌నాయక్, ఆయన సోదరుడు శివనాయక్ మరికొంత మంది గిరిజనులు కలిసి ఓ భూస్వామి అనుమతితో ఆ ప్రాంతంలో గుడిసెలు వేసుకున్నారు. కొన్నేళ్ల తర్వాత భూపాల్‌నాయక్ బంధువులు సైతం అక్కడికే వలస వచ్చారు. దీంతో ఆప్రాంతాన్ని అప్పట్లో భూపాల్‌నాయక్ గ్రామంగా పిలిచేవారు. కాలక్రమంలో ఆ ప్రాంతాన్ని భూపాలపల్లిగా పిలుస్తున్నారని చెబుతుంటారు.

### ములుగు

పాత తాలూకా, రెవెన్యూ డివిజన్ కేంద్రం అయిన ములుగును గతంలో మొలుగు అని పిలిచేవారు. ఏజెన్సీ అటవీ ప్రాంతమైన ములుగులో దట్టమైన మొగిలి చెట్లు అన్ని వేళల్లో మబ్బును కప్పేసినట్లు కనిపించేవట. దీంతో ఈప్రాంతాన్ని మొగులుగా పిలిచేవారట. ఆతర్వాత.. ముల్గు.. ములుగుగా పేరు రూపాంతరం చెందుతూ వచ్చింది.




### నర్సంపేట

గోల్కొండ ప్రభువు తానీష వద్ద అక్కన్న, మాదన్నలు ఉండేవారు. వారు ఈ ప్రాంతంలో మాదన్నపేట చెరువు నిర్మించారు. వారి వద్ద నర్సక్క అనే మహిళ సేవకురాలిగా పని చేసేది. నర్సక్క ద్వారాకాపేటకు సమీపంలో ఉండే చర్పకాస్ సమీపంలో నివసించేది. దీంతో ఆప్రాంతాన్ని నర్సక్కపేటగా పిలిచేవారు. కాలక్రమంలో అదే నర్సంపేటగా మారిందని చరిత్రకారులు చెబుతుంటారు.




### పరకాల

ఒకప్పుడు కాలువ ప్రవహించే ప్రాంతంలో తర్వాత చిన్న గ్రామం ఏర్పడింది. క్రమేపీ విస్తరిస్తూ ఇది పకరాలగా పేరు మార్చుకుంది. 1920 ప్రాంతంలో సమీపంలో ఉన్న చలివాగు నుంచి ఈ పర్రె కాలువ ద్వారా నీరు ప్రవహించేది. ఆ కాలువ ఆధారంగా, కాలువపై ఆధారపడి అక్కడ గ్రామం ఏర్పడి.. పర్రె కాలువ కాస్తా పరకాలగా మారిందని పెద్దలు చెబుతుంటారు.







### స్టేషన్‌ఘన్‌పూర్

కాకతీయ చక్రవర్తి గణపతి దేవుడు ఇతర రాజ్యాలపై దండయాత్ర చేసిన క్రమంలో అనేక మంది సైనికులు యుద్ధంలో మరణిస్తారు. లెక్కకు మిక్కిలి సైనికుల మరణంతో గణపతి దేవ చక్రవర్తి తీవ్ర మనోవేధనకు గురవుతాడు. సైనికుల చావుకు కారణమైనందున దానికి పాపపరిహారంగా 16 చెరువులు, 16 గ్రామాలు నిర్మించాలని పెద్దలు సూచిస్తారు. దీంతో గణపతి దేవుడు ఆ కార్యం పూర్తి చేశాడట. ఆక్రమంలోనే మొదట్లో ఘనపురం అనే పేరు ఈ ప్రాంతానికి వచ్చిందని చరిత్ర చెబుతోంది. తర్వాతి కాలంలో బ్రిటీష్ వారు ఇక్కడ రవాణా కోసం రైల్వే స్టేషన్ నిర్మించారు. దీంతో ఘనపురం రైల్వేస్టేషన్ అని మొదట్లో పిలిచేవారు. తర్వాతి క్రమంలో స్టేషన్ ఘన్‌పూర్‌గా మారిందని అంటారు.

### జనగామ

ఒకప్పటి జైనుల గ్రామం పేరు.. క్రమంగా జనగామగా రూపాంతరం చెందింది. ప్రస్తుత నల్గొండ జిల్లాలోని సుప్రసిద్ధ మహావీర జైన దేవాలయం ఉన్న కొలనుపాకకు వివిధ ప్రాంతాల నుంచి జైన మతస్తులు ఇక్కడికి వచ్చేవారు. జనగామ రైల్వేస్టేషన్‌లో దిగి ఇక్కడి నుంచి ఎడ్ల బండ్ల ద్వారా పెద్దరాంచర్ల, పసరమడ్ల, పోచన్నపేట మీదుగా కొలనుపాక జైన దేవాలయం చేరుకునే వారు. అలా అక్కడ జైనుల సంచారం ఎక్కువగా ఉండడంతో జైన్‌గాం అని, జైన గ్రామం అని మొదట్లో పిలిచేవారు. కాలక్రమంలో ఆపేరు జనగామగా మారిందని చరిత్ర పరిశోధకులు చెబుతుంటారు.







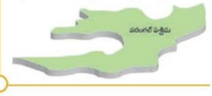
### పాలకుర్తి

తొలి తెలుగు విప్లవ కవిగా పాల్కురికి సోమనాథుడి ఇంటిపేరుతో కొంతకాలం పాలకుర్తిని పిలిచేవారు. తర్వాత పాల్కురికి.. పాలకుర్తిగా మారింది. క్రీస్తు శకం 1160 నుంచి 1240 వరకు సోమనాథుడు జీవించి ఉన్నాడు. ఆయన రచనలు చేసింది గ్రామంలోని కొండపైనే. అప్పటికే ఈ క్షేత్రం లక్ష్మీ నృసింహస్వామిది. కాగా.. స్వయంభూ అయిన శివుడి గుహలోనే కూర్చుని బసవ పురాణం, పండితారాధ్య చరిత్ర, ఇతర శతకాలు రచించారని చరిత్ర చెబుతోంది. అలా మహాకవి పాల్కుర్కి సోమనాథుడి ఇంటి పేరుతో నేటి పాలకుర్తి ఏర్పడింది.

### వరంగల్

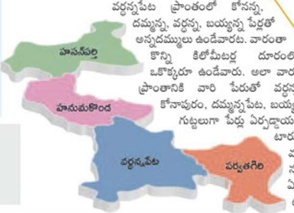



కాకతీయుల కాలం నుంచి వరంగల్ నగరాన్ని ఏకశిల.. ఓరుగల్లు నగరంగా పిలిచేవారు. ఓరుగల్లే కాలక్రమంలో వరంగల్‌గా మారిందని చెబుతుంటారు. అయితే ఈపరిణామ క్రమాన్ని ఓసారి పరిశీలిస్తే... ద్రవిడ భాషల్లో తెలుగు కూడా ఒకటి. తమిళంలో ఒరుగు అంటే ఒకటి అని అర్థం. కల్లు అంటే రాయి అని అర్థం. అంటే ఒకరాయి అనే అర్థంతో ఏకశిలా నగరాన్ని ఓరుగల్లు అని పిలిచేవారని చరిత్ర చెబుతోంది. ఓరుగల్లు పేరును నిజాం కాలంలో పలకడం ఇబ్బందిగా అనిపించి. వరంగల్‌గా మార్చారని చెబుతారు. గతంలో హనుమకొండ పేరుతో నియోజకవర్గం ఉన్నప్పటికీ చారిత్రక ఓరుగల్లు పేరుతోనే నియోజకవర్గాల పునర్విభజన సమయంలో వరంగల్ తూర్పు, పశ్చిమ నియోజకవర్గాలు ఏర్పాటయ్యాయి.




### వర్ధన్నపేట

వర్ధన్నపేట ప్రాంతంలో కోనన్న, దమ్మన్న, వర్ధన్న, బయ్యన్న పేర్లతో అన్నదమ్ములు ఉండేవారట. వారంతా కొన్ని కిలోమీటర్ల దూరంలో ఒకొక్కరూ ఉండేవారు. అలా వారున్న ప్రాంతానికి వారి పేరుతో వర్ధన్నపేట, కోనాపురం, దమ్మన్నపేట, బయ్యన్నదేవుడి గుట్టలుగా పేర్లు ఏర్పడ్డాయని చెబుతుంటారు. ఆ అన్నదమ్ముల్లో ఒకరైన వర్ధన్నపేరుతో వర్ధన్నపేట ఏర్పాటైనట్లు చెబుతుంటారు.




### మహబూబాబాద్

మహబూబాబాద్‌లో దట్టమైన అటవీ ప్రాంతం ఉండేది. పెద్ద వృక్షాలు(మానులు) ఉండేవి. అందువల్లనే ఈ ప్రాంతాన్ని మానుకోటగా పిలిచేవారు. ఈప్రాంతానికి మహబూబ్‌అలీఖాన్ అనే నిజాం రాజు వేటకు తరుచూ వస్తుండడంతో మానెకోట కాస్త మహబూబ్ ఆబాదీగా.. కాలక్రమంలో మహబూబాబాద్‌గా మారింది. 1952లో మహబూబాబాద్ శాసనసభ నియోజకవర్గం.. తర్వాత పార్లమెంట్ నియోజకవర్గం, రెవెన్యూ డివిజన్, జిల్లా కేంద్రంగా మహబూబాబాద్ అభివృద్ధి చెందింది. మొదట్లో జనరల్‌గా ఉన్న ఈ నియోజకవర్గం ప్రస్తుతం ఎస్టీ రిజర్వుడ్‌గా మారింది.




### డోర్నకల్

డోర్నకల్ పేరుపై కూడా ఓ ప్రాచీన కథ ప్రచారంలో ఉంది. డోర్నకల్ మండల పరిధి అమ్మపాలెం నుంచి ప్రతీ ఏటా పౌర్ణమిరోజున ఖమ్మం జిల్లాలోని(ప్రస్తుతం మానుకోట జిల్లా) గార్ల మండలం ముర్రిగూడెం వేంకటేశ్వరస్వామి కల్యాణానికి అలివేలు మంగమ్మ విగ్రహాన్ని ఊరేగింపుగా తీసుకెళ్తుండడం సంప్రదాయం. దీంతో భక్తులు అప్పట్లో డోర్నకల్ మీదుగా అమ్మపాలెం, గార్ల గ్రామాలు కలుపుతూ.. తోరణాలు కట్టేవారట. దీంతో ఆ ప్రాంతమంతా శోభాయమానంగా కనిపించేంది. అప్పటి తోర్నాల కళ క్రమంగా స్థానికుల వాడకంలో తోర్నాల, తోర్నకల్, డోర్నకల్‌గా మారిందంటారు.




## ఈ ముచ్చటెరికేనా ?

### రెండో ఈవీఎం ఎప్పుడు వినియోగిస్తారంటే..

కాజీపేట: బ్యాలెట్ బాక్సుల స్థానంలో ఈవీఎంలను వినియోగిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఒక ఈవీఎంలో 64 మంది అభ్యర్థుల పేర్లను రికార్డు చేయవచ్చు. అంతకు మించి అభ్యర్థులు ఎన్నికల బరిలో నిలిచినప్పుడు రెండో ఈవీఎంను ఎన్నికల్లో వినియోగిస్తారు. ఒక ఈవీఎంలో 3,740 ఓట్లు మాత్రమే వేయడానికి అవకాశం ఉంటుంది. అయితే అంతకు మించి ఓట్లు ఒకే దగ్గర పోలయ్యే అవకాశం ఉండదు.

### మా ఓట్లు అమ్మకానికి లేవు



చెన్నారావుపేట: మండలంలోని కోనాపురం గ్రామానికి చెందిన యువ ఓటరు కల్లెపు ప్రణీత్ ఓటర్లను చైతన్యవంతులను చేయడానికి తన ఇంటి గోడకు 'నా ఓటు, మా ఇంట్లో వాళ్ల ఓట్లు అమ్మకానికి లేవు. దయచేసి మా ఓట్లు కొనడానికి రావొద్దు' అని పోస్టర్ అంటించారు.



### రాజయ్య ఆశీర్వాదం తీసుకుని..

- నామినేషన్ వేసిన స్వతంత్ర అభ్యర్థి



ఎమ్మెల్యే రాజయ్యతో రాజేశ్

స్టేషన్‌ఘన్‌పూర్: సాధారణ ఎన్నికల నేపథ్యంలో శుక్రవారం నుంచి నామినేషన్లు ప్రారంభమవ్వగా.. మొదటి రోజున ధర్మసాగర్ మండలం తాటికాయలకు చెందిన బొల్లెపాక రాజేశ్ నామినేషన్ దాఖలు చేశారు. కాగా.. నామినేషన్ వేసేందుకు ముందు తన రాజకీయ గురువైన స్థానిక ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ తాటికొండ రాజయ్యను హనుమకొండలో కలిసి ఆశీర్వాదం తీసుకున్నారు. అనంతరం ఘన్‌పూర్ ఆర్‌ఓ కార్యాలయంలో స్వతంత్ర అభ్యర్థిగా నామినేషన్ వేశారు.

# ప్రత్యేక కార్పొరేషన్ కావాలి

- ఉపాధి లేకనే ఆటోరంగం వైపు మళ్లాం
- జిల్లా కేంద్రాల్లో ఆటో భవన్‌ల నిర్మాణాలు చేపట్టాలి
- 'సాక్షి' పీపుల్స్ ఎజెండాలో ఆటోడ్రైవర్లు

సాక్షి 'పీపుల్స్ ఎజెండా'

మహబూబాబాద్: ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాలు లేకనే యువకులు ఆటో రంగం వైపు వస్తున్నారని ఆటోడ్రైవర్లు పేర్కొన్నారు. ఆటో డ్రైవర్ల సంక్షేమం కోసం రూ.1,000 కోట్లతో ప్రత్యేక కార్పొరేషన్ ఏర్పాటు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. అలాగే అన్ని జిల్లా కేంద్రాల్లో ఆటో భవన్లు ఏర్పాటు చేయాలని కోరారు. అర్హులకు డబుల్ బెడ్రూం ఇళ్లు, 50 ఏళ్లు నిండిన ఆటో డ్రైవర్లకు నెలకు రూ.5 వేల పింఛన్, వడ్డీ లేని రుణాలివ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికల నేపథ్యంలో మానుకోటలో 'సాక్షి' ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన 'పీపుల్స్ ఎజెండా'లో వారు తమ డిమాండ్లను రాబోయే ప్రభుత్వం ముందుంచారు. తమ ఆకాంక్షలు నెరవేర్చాలని ఆటో డ్రైవర్లు కోరారు. యువతకు ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించి.. ఆటో రంగంపై ఒత్తిడి తగ్గించాలని సూచించారు.



సాక్షి నిర్వహించిన 'పీపుల్స్ ఎజెండా'లో పాల్గొన్న ఆటో డ్రైవర్లు

### ఆటో భవన్ ఏర్పాటు చేయాలి



ప్రతీ జిల్లా కేంద్రంలో ఆటో భవన్ నిర్మాణం చేపట్టాలి. డ్రైవర్లు కలుసుకునేందుకు, సమస్యల పరిష్కారానికి భవనం చక్కని వేదికవుతుంది. అన్ని కులాలకు కుల సంఘాల భవనాలు మంజూరు చేసినట్లే, రాబోయే ప్రభుత్వ ఆటో భవన్లు ఏర్పాటు చేయాలి.

- జి.హరీశ్

### ప్రమాద బీమా కల్పించాలి



ప్రభుత్వం ఆటో డ్రైవర్లకు ప్రమాద బీమాతో పాటు జీవిత బీమా కల్పించాలి. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో సీఎం జగన్మోహన్ రెడ్డి ఆటో డ్రైవర్లను అన్ని విధాలా ఆదుకుంటున్నారు. అదే తరహాలో తెలంగాణలో ఏ పార్టీ అధికారంలోకి వచ్చినా ఆటో డ్రైవర్ల సంక్షేమానికి పాటుపడాలి. ఆటోలు నడిపితే నడుము నొప్పి, మెడనొప్పి వస్తోంది. హెల్త్ కార్డులివ్వాలి. - ఎ.శ్రావణ్

### ప్రభుత్వమే వడ్డీ లేని రుణాలివ్వాలి



ఫైనాన్స్‌లో ఆటోలు తీసుకోవడం వల్ల సంపాదించిన డబ్బులన్నీ ఫైనాన్స్ చెల్లించడానికే పోతున్నాయి. ఆటోల కొనుగోలుకు ప్రభుత్వమే వడ్డీ లేని రుణాలివ్వాలి. ఆటో డ్రైవర్ల సంక్షేమానికి ప్రభుత్వాలు పాటుపడాలి. పెరిగిన డీజిల్ ధరలకు అనుగుణంగా ఆదాయం రాక డ్రైవర్లు అప్పుల పాలవుతున్నారు.

- నవీన్, ఆటోడ్రైవర్, మానుకోట

### పిల్లలకు ఉచిత విద్యనందించాలి



వచ్చే ఆదాయం ఆటో ఫైనాన్స్‌కే పోతుంది. ఆటోడ్రైవర్ల పిల్లలకు ఉచిత విద్యను అందించాలి. అలాగే ఉద్యోగ అవకాశాల్లో పదిశాతం రిజర్వేషన్ కల్పించాలి.

- జి.సోమేశ్

### ఇన్సూరెన్స్‌లో రాయితీ కల్పించాలి



ఆటో ఇన్సూరెన్స్‌లో 50 శాతం రాయితీ కల్పించాలి. దీంతో డ్రైవర్లు అందరూ ఇన్సూరెన్స్ చెల్లిండంతో పాటు డ్రైవర్ల కుటుంబాలకు, ప్రయాణికులకు భరోసా ఉంటుంది. కుటీర పరిశ్రమలు ఏర్పాటు చేసి యువతకు ఉపాధి కల్పించి, ఆటో వ్యవస్థపై ఒత్తిడి తగ్గించాలి.

- బి.ప్రమోద్

### ఈఎస్ఐ, పీఎఫ్ సౌకర్యం కల్పించాలి



కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ఆటోడ్రైవర్లకు ఈఎస్ఐ, పీఎఫ్ సౌకర్యం కల్పించాలి. ఆర్టీఏ చట్టం సవరణ వల్ల ఆటో ట్యాక్సీలు పెరిగాయి. వాటిని తగ్గించాలి. ఉపాధి లేక యువత ఆటో రంగాన్ని ఎంచుకుంటోంది. దీంతో ఆటోల సంఖ్య పెరిగి ఉపాధి కష్టంగా మారుతోంది. అన్ని కోణాల్లో ప్రభుత్వాలు ఆలోచించి మమ్మల్ని ఆదుకోవాలి. - వెంకటేశ్

### ఆలోచించి ఓటు వేయాలి



ఆటో డ్రైవర్లతో పాటు ప్రజలు అన్ని విధాలా ఆలోచించి ఓటు వేయాలి. ఓటేసిన తర్వాత ఐదేళ్లు వారిని భరించాలి. కాగా.. ప్రజల కష్టసుఖాలు తెలిసిన పార్టీకి ఓటు వేయాలి. పలు పార్టీల మేనిఫెస్టోలు ఆచరణ సాధ్యం అవుతాయా లేదా అనే కోణాల్లో ఆలోచించి ఓటు వేయాలి.

- చంద్రశేఖర్, ఆటోడ్రైవర్

### నేడు మేడిగడ్డకు బీజేపీ టీం



కాళేశ్వరం: జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా మహదేవపూర్ మండలంలో నిర్మించిన కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టులోని మేడిగడ్డ(లక్ష్మీ)బ్యారేజీని పరిశీలించేందుకు బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు జి.కిషన్‌రెడ్డి, ఎమ్మెల్యేలు ఈటల రాజేందర్, రఘునందన్‌రావు, ముఖ్య నాయకులు డాక్టర్ కె.లక్ష్మణ్ శనివారం ఉదయం రానున్నారు. కాగా.. అక్టోబర్ 21న మేడిగడ్డ(లక్ష్మీ) బ్యారేజీ 7వ బ్లాక్‌లోని 20వ పియర్‌తో పాటు వంతెన కుంగిన విషయం తెలిసిందే. ఆ కుంగిన బ్యారేజీ, వంతెన ప్రాంతాన్ని పరిశీలించేందుకు ప్రత్యేక హెలిక్యాప్టర్‌లో హైదరాబాద్‌లోని బేగంపేట విమానాశ్రయం నుంచి బయల్దేరి నేరుగా 11.05 గంటలకు మేడిగడ్డ బ్యారేజీకి సంబంధించిన హెలిప్యాడ్‌లో దిగనున్నారు. అరగంటపాటు బ్యారేజీని పరిశీలించి తిరిగి వెళ్లనున్నారు.

### ఎన్నికల్లో పోటీకి గ్రీన్‌ఫీల్డ్ భూనిర్వాసిత రైతులు సిద్ధం



నామినేషన్ ఫారాలతో గ్రీన్‌ఫీల్డ్ భూనిర్వాసిత రైతులు

పరకాల: తమ భూముల సమస్యను పట్టించుకునే నాయకులు, అధికారులు కరువు కావడంతో 100 మంది పరకాల సబ్ డివిజన్ పరిధిలోని గ్రామీణ గ్రీన్‌ఫీల్డ్ భూ నిర్వాసిత రైతులు అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో పోటీ చేయడానికి సిద్ధమయ్యారు. ఈ మేరకు శుక్రవారం పరకాల ఎన్నికల రిటర్నింగ్ కార్యాలయంలో 30 మంది రైతులు నామినేషన్ పత్రాలు తీసుకున్నారు. మరో 70 మంది నామినేషన్ పత్రాలు తీసుకొని మూకుమ్మడిగా ఒకే రోజు నామినేషన్‌లు వేసి తమ సత్తా ఏంటో చూపిస్తామని రైతులు బి.రాంచందర్‌రావు, సమ్మిరెడ్డి, రవీందర్‌రావు, లక్కం వేణు, బొజ్జం రఘుపతి తెలిపారు.

### కుల ధ్రువీకరణ పత్రానికి ఎమ్మెల్యే రాజయ్య దరఖాస్తు

- జిల్లాలో హాట్ టాపిక్

స్టేషన్‌ఘన్‌పూర్: జనగామ జిల్లా స్టేషన్‌ఘన్‌పూర్ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ తాటికొండ రాజయ్య కుల ధ్రువీకరణ పత్రం కోసం స్థానిక తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో దరఖాస్తు చేసుకున్నట్లు విశ్వసనీయ సమాచారం. ఎస్సీ రిజర్వ్‌డ్ ఘన్‌పూర్ నియోజకవర్గ అసెంబ్లీ స్థానానికి బీఆర్‌ఎస్ పార్టీ నుంచి ఎమ్మెల్యే రాజయ్య, ఎమ్మెల్సీ కడియం శ్రీహరి పోటీపడగా.. చివరకు కడియంకు టికెట్ దక్కిన విషయం తెలిసిందే. రాజయ్యను బుజ్జగించేందుకు పార్టీ అధిష్టానం ఆయనకు రాష్ట్ర రైతు బంధు సమితి అధ్యక్ష పదవి అందించింది. మొదటి నుంచి కడియం, రాజయ్య రాజకీయపరంగా బద్ధశత్రువులనేది వాస్తవం. ప్రస్తుత సాధారణ ఎన్నికల నేపథ్యంలో ఎమ్మెల్యే రాజయ్య జనగామలో బీఆర్‌ఎస్ అభ్యర్థి పల్లా రాజేశ్వర్‌రెడ్డికి మద్దతుగా క్షేత్ర స్థాయిలో ప్రచారం చేస్తున్నారు. రాజయ్య తరఫున స్థానిక తహసీల్ కార్యాయంలో లేటెస్టు కుల ధ్రువీకరణ పత్రం కోసం దరఖాస్తు రావడం చర్చనీయాంశంగా మారింది. ప్రస్తుతం నామినేషన్ల ప్రక్రియ ప్రారంభం కావడం, ఎన్నికల్లో నామినేషన్ దాఖలు చేయాలంటే లేటెస్టు కుల ధ్రువీకరణ పత్రం తప్పనిసరి కావడంతో రాజయ్య దరఖాస్తు చేసుకున్నారన్న ప్రచారం సాగుతోంది. ఆయన నామినేషన్ వేయనున్నారా? లేకపోతే కులం సర్టిఫికెట్ కోసం ఎందుకు దరఖాస్తు చేసుకున్నారనే విషయం ప్రస్తుతం హాట్‌టాపిక్‌గా మారింది. ఈ విషయమై రెవెన్యూ అధికారులను సంప్రదించగా తమకు ఎమ్మెల్యే తాటికొండ రాజయ్య నుంచి దరఖాస్తు వచ్చింది వాస్తవమేనని తెలిపారు.

నియోజకవర్గాల వారీగా దాఖలైన నామినేషన్ల వివరాలు (తేదీ : 03-11-2023 వరకు)

| నియోజకవర్గం | బీఆర్‌ఎస్ | కాంగ్రెస్ | బీజేపీ | ఇతరులు |
|---|---|---|---|---|
| వరంగల్ తూర్పు | - | - | 01 | 01 |
| వరంగల్ పశ్చిమ | - | - | - | - |
| జనగామ | - | - | - | - |
| పాలకుర్తి | - | - | - | 01 |
| స్టేషన్‌ఘన్‌పూర్ | - | - | - | 01 |
| జేఎస్.భూపాలపల్లి | - | 01 | 01 | - |
| ములుగు | - | - | - | - |
| నర్సంపేట | - | - | - | 02 |
| వర్ధన్నపేట | - | - | - | - |
| పరకాల | - | - | - | 01 |
| మహబూబాబాద్ | - | - | - | 01 |
| డోర్నకల్ | - | - | - | - |

సాక్షి ఫ్యామిలీ
వరంగల్
శనివారం ॥ 4-11-2023

ఒకప్పుడు రేడియోలో పాటలు వింటూ, ఆ తర్వాత టీవీలో సీరియల్స్ చూస్తూ గంటలు గంటలు గడిపేసేవాళ్లు. ఇప్పుడంతా స్మార్ట్‌ఫోన్ల మయం అయిపోయింది. దీంతో ఇన్‌స్టా, ఫేస్‌బుక్, టిక్‌టాక్, మోజో మొదలైన సోషల్ మీడియా యాప్స్‌లో వచ్చే రీల్స్‌ను తెగ చూస్తున్నారు. గంటలకొద్దీ వీటినే చూస్తుండిపోతున్నారు. కొంతమందికి ఇది వ్యసనంలా మారితే, మరికొంతమంది బానిసలైపోయారు. ఇది ఆరోగ్యానికి అంతమంచిది కాదని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. కొంతమంది రీల్స్ చూడడం మానేయాలనుకున్నప్పటికీ మానలేక తెగ ఇబ్బంది పడుతున్నారు. ఇటువంటి వారు ఈ కింది చిట్కాలను పాటిస్తే రీల్స్ జోలికి పోకుండా ఉండవచ్చు. అవేంటో చూసేయండి...

# రీల్స్ నుంచి రిలీజ్ అవండి ఇక



● వినోదం కోసం రీల్స్ చూస్తుంటారు. ఇది వ్యసనంగా మారుతుంది కాబట్టి ఈ ఎంటర్‌టైన్మెంట్‌ను మార్చుకోవాలి. మీకు దొరికే కొద్దిపాటి సమయాన్ని మీ స్నేహితులు, కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి గడపండి. మీకు ఇష్టమైన ఆటలు ఆడడం లేదా మీ హాబీలను పంచుకుంటూ సరదాగా గడపాలి. ఇలా చేయడం వల్ల కొంత సమయం మీ ఫోన్‌కు దూరంగా ఉంటారు. ఫలితంగా రీల్స్ చూడాలనిపించదు.

● వారాంతాలు, సెలవులు, ఖాళీ సమయాల్లో మొబైల్‌ఫోన్‌కు దూరంగా ఉండండి. ఇలాంటి సమయాల్లో పార్కుకెళ్లి సరదాగా నడవడం, గార్డెన్ పనులు చేయడం, కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి సినిమా చూడడం వంటివి చేయాలి. వీటిలో ఏది చేసినా విలువైన మీ సెలవు దినం వృథా కాకపోవడంతోపాటు మీ సన్నిహితులతో కలిసి సంతోషంగా గడుపుతూ వారికి మరింత దగ్గరవుతారు.

● మీ ఫోన్లో నోటిఫికేషన్స్‌ను ఆపేయాలి. టిక్‌టిక్ అంటూ పదేపదే వచ్చే నోటిఫికేషన్స్ రీల్స్ చూడాలని మెదడుని ప్రేరేపిస్తాయి. మీకు తెలియకుండానే రీల్స్ ఓపెన్ చేసి గంటలకొద్దీ వాటిలో మునిగి పోతుంటారు. అందుకే రీల్స్ నోటిఫికేషన్స్ ఆపేయడం ఉత్తమం.

● ఫోన్‌ను ఎంతసేపు చూడాలనేది మీ నియంత్రణలో ఉండాలంటే అలారం పెట్టుకోండి. మీరు ఫోన్‌లో మునిగిపోయి ఉన్నప్పుడు అలారం హెచ్చరికతో తేరుకుని నియంత్రణలో ఉండగలుగుతారు.

● ఇవన్నీ చేసినప్పటికీ రీల్స్‌ని చూడకుండా ఉండలేకపోతే... రీల్స్ వచ్చే అన్ని అప్లికేషన్లు లేదా యాప్స్‌ను శాశ్వతంగా తీసేయండి. అప్పుడు చూడాలనిపించినా అవి ఉండవు కాబట్టి మిమ్మల్ని మీరు నియంత్రించుకో గలుగుతారు. ఇవి లేనప్పుడు వేరే కొత్త హాబీ మీ రోజువారీ దినచర్యలో భాగం అవుతుంది. తద్వారా ఆరోగ్యకరమైన, సంతోషంతో కూడిన మార్పులు చోటుచేసుకుని ఆత్మస్థైర్యం పెరుగుతుంది. ప్రయత్నించి చూడండి.



సీజనల్ వ్యాధులు

# సురక్షితం ఇలా!

గత కొద్దిరోజులుగా రెండు తెలుగు రాష్ట్రాలలోనూ ఇంచుమించు ప్రతి ఇంట్లోనూ దగ్గు, జలుబు, తుమ్ములు, జ్వరం వంటి వాటితో ఎవరో ఒకరు బాధపడుతూనే ఉన్నారు. సీజనల్ వ్యాధుల విజృంభణే అందుకు కారణం. ఇది ప్రతి సీజన్‌లోనూ ఉండేదే అయినా, ఒక్కొక్కరికి ఒక్కో సీజన్ బొత్తిగా పడదు. అందువల్ల వచ్చాక బాధపడేకంటే వీటిని నివారించుకోవడమే ఉత్తమం. సీజనల్ వ్యాధులను నివారించుకోవడం ఎలాగో తెలుసుకుందాం...

కొన్ని నివేదికల ప్రకారం, గత సంవత్సరంతో పోలిస్తే ఈ ఏడాది సీజనల్ వ్యాధుల కేసులు గణనీయంగా పెరిగినట్లు గణాంకాలు చెబుతున్నాయి. శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లలో పెరుగుదల ఉన్నట్లు వైద్యనిపుణులు గుర్తించారు. ముఖ్యంగా పట్టణాలలో ఈ సమస్యలు అధికంగా ఉన్నాయి. వాయుకాలుష్యమే ఇందుకు ప్రధాన కారణం.

## ఎలా నివారించాలి?

● శరీరంలో రోగనిరోధక వ్యవస్థ బలహీనపడటం వల్లే ఈ తరహా సీజనల్ ఇన్ఫెక్షన్లు దాడి చేస్తుంటాయి. ఈ సమస్యల నుండి బయటపడాలంటే బలమైన రోగనిరోధక వ్యవస్థను కలిగి ఉండటం ఒక్కటే మార్గం.

● రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలపరుచుకోవాలంటే... ఆహారంలో వివిధ రకాల పండ్లు, కూరగాయలు, ప్రోటీన్లు, తృణధాన్యాలు ఉండేలా చూసుకోవాలి. మంచి పోషకాహారం తీసుకునే వారికి అంటువ్యాధులు సోకే ప్రమాదం తగ్గుతుంది.

● వ్యాయామం రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేయడమే కాకుండా ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది కాబట్టి ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ సూచనల మేరకు వారానికి కనీసం 150 నిమిషాలకు తగ్గని శారీరక వ్యాయామం అవసరం.



● **తగినంత నిద్ర**
నిద్ర లేకపోవడం శరీరానికి రక్షణగా ఉండే రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలహీనపరుస్తుంది. శరీరానికి తగినంత రోగనిరోధక శక్తి కలగాలంటే రోజూ కనీసం ఆరున్నర నుంచి 8 గంటల రాత్రి నిద్ర అవసరం. రాత్రిళ్లు డ్యూటీ చేసేవారు పగలు మరింత ఎక్కువ సమయాన్ని నిద్రకు కేటాయించాలి.

● **ఫ్లూ టీకాలు**
ఫ్లూ నుంచి రక్షణ పొందేందుకు ప్రతి ఏడాది టీకాలు తీసుకోవడం అవసరం. ఇలా టీకాలు తీసుకోవటం వల్ల ఫ్లూ ప్రమాదాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు.



● **పరిశుభ్రతను పాటించడం**
ఏదైనా వస్తువులను, బహిరంగ ప్రదేశాలను తాకిన తరువాత కనీసం 20 సెకన్లపాటు సబ్బుతో చేతులను కడగాలి.

● **తగినంత దూరం పాటించడం**
తెలిసిన వ్యక్తులు, సన్నిహితులు అనారోగ్యంతో ఉన్నప్పుడు వారిని పలకరించండి. చూడటానికి వెళ్లండి కానీ సురక్షితమైన దూరం పాటించటానికి ప్రయత్నించడాన్ని మాత్రం మరచిపోరాదు.

● సీజనల్ వ్యాధులలో వైరస్, బ్యాక్టీరియా, ఫంగస్ కారణంగా వచ్చే సైనసైటిస్ వల్ల ముక్కుతోపాటు గొంతు సంబంధిత సమస్యలు ఏర్పడతాయి. తలనొప్పి కూడా వస్తుంది. వచ్చిందంటే ఒకపట్టాన వదలకుండా కొన్ని రోజులపాటు పట్టి పీడించే ఈ వ్యాధి నుంచి బయటపడేందుకు చిన్న చిన్న చిట్కాలు ఎంతగానో దోహదపడతాయి.

● ఉల్లి, వెల్లుల్లి రేకులను తింటే సైనసైటిస్ బాధ తగ్గుతుంది. వంటకాల్లో ఉల్లి, వెల్లుల్లి విరివిగా వాడితే మంచిది.

● టీ స్పూన్ జీలకర్రను వేయించి పొడిచేసి, అందులో రెండు స్పూన్ల తేనె కలిపి రోజుకు రెండుసార్లు తీసుకుంటే మంచి ఫలితం కనిపిస్తుంది. జీలకర్రను పల్చని కాటన్ వస్త్రంలో కట్టి వాసన పీల్చాలి.

● గ్లాసున్నర నీళ్లలో టీ స్పూన్ మెంతులను వేసి బాగా మరిగించి కషాయం కాయాలి. ఈ కషాయాన్ని రోజుకు నాలుగుసార్లు తీసుకోవాలి.

● క్యారట్ జ్యూస్‌లో పాలకూర రసం కలిపి రోజుకు ఒకసారి తాగాలి.

ఇలా చేయడం వల్ల సీజనల్ వ్యాధుల నుంచి సురక్షితంగా బయట పడవచ్చు.

లైఫ్@360

# చిక్కుళ్లు తింటే అనారోగ్యానికి చిక్కరు



ఈ సీజన్‌లో అంటే చలి కాలంలో విరివిగా దొరికే చిక్కుళ్లను మన ఆహారంలో చేర్చుకుంటే శరీరానికి అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఎందుకంటే చిక్కుడు కాయలలో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఎంతో రుచిగా ఉండే చిక్కుడు కాయలు తింటే కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలేమిటో తెలుసుకుందాం...

★ చిక్కుడుకాయలలో మెగ్నీషియం, ఐరన్, ఫాస్ఫరస్, జింక్, పీచు పదార్థాలు, క్యాల్షియం, ఫోలిక్ యాసిడ్, మాంసకృత్తులు వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. వీటితోపాటు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్లు కూడా ఉంటాయి.

★ వీటిని కూరల రూపంలో లేదా గింజలను ఉడికించి తినడం ద్వారా... ఇలా ఏదో ఒక విధంగా రెగ్యులర్ గా తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి మంచిది. ఇవి శరీరానికి తగిన శక్తిని అందించి వ్యాధులతో పోరాడే సామర్థ్యాన్ని పెంచి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. ఇవి హృద్రోగాలు, క్యాన్సర్ వంటి సమస్యను కూడా దూరం చేస్తాయి.

★ చిక్కుడుకాయలలో ఉండే క్యాల్షియం, విటమిన్ డి ఎముకలకు వల్ల ఎముకలు దృఢంగా మారుతాయి. గర్భిణులు, బాలింతలు, వ్యాయామం చేసేవారికి చిక్కుళ్లు చాలా మంచిది.

చిక్కుడుకాయలు దొరకనప్పుడు ఎండిన చిక్కుడు గింజలను కూడా కూరల్లో ఉపయోగించవచ్చు. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు వారి డైట్‌లో చిక్కుడుకాయలను చేర్చుకోవడం ఉత్తమం.

★ చిక్కుడు కాయలను తింటే ఆకలి తగ్గుతుంది. ఫలితంగా బరువు నియంత్రణలో ఉంటుంది. వీటిలో ఉండే పీచు పదార్థం జీర్ణవ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేయడంతో పాటు పేగు క్యాన్సర్లు రాకుండా చూస్తుంది. డయేరియా, మధుమేహం, కొలెస్ట్రాల్ వంటి సమస్యలు దరి చేరవు. చిక్కుళ్లలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు వృద్ధాప్యం కారణంగా వచ్చే అనేక వ్యాధులను నివారిస్తాయి.

★ చిక్కుడు కాయలలో ఉండే విటమిన్లు గుండె ఆరోగ్యానికి దోహదపడతాయి. సెలీనియం, మాంగనీస్ వంటి ఖనిజాలు చిక్కుడు కాయలలో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి ఊపిరితిత్తుల సమస్యలను నివారించడానికి, దీర్ఘకాలిక శ్వాస సంబంధిత సమస్యలను తగ్గించడానికి దివ్యౌషధంగా సహాయపడతాయి. ఇందులో ఉండే మాంగనీస్ నిద్రలేమి సమస్యలను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది.

★ చిక్కుడు కాయలలోని అమైనో ఆమ్లాలు హార్మోన్ల సమతౌల్యానికి సహాయపడతాయి. దీంతో మానసిక ఆందోళన, టెన్షన్ వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. అలాగే ఇందులో ఉండే పొటాషియం కండరాల వృద్ధికి సహాయపడుతుంది. అంతేకాదు, మెదడు పనితీరును మెరుగుపరిచి జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతుంది.

ఇన్ని ప్రయోజనాలుండే చిక్కుళ్లను తీసుకోవడం అలవరచుకుంటే అనారోగ్య సమస్యలకు దూరంగా ఉండి ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు.

## హెల్త్ టిప్స్



* ఎండలో ఎక్కువ సేపు తిరగడం వల్ల తలనొప్పి వచ్చినా తల తిరిగినట్లుగా ఉన్నా చిన్న అల్లం ముక్కను నూరి నిమ్మరసంలో కలిపి తాగితే వెంటనే ఉపశమనం కలుగుతుంది.
* ముక్కు దిబ్బెడ వేసినప్పుడు ఒక చుక్క ఉల్లిరసాన్ని ముక్కు రంధ్రాల్లో వేస్తే ఉపశమనం కలుగుతుంది.
* సగానికి కోసిన నిమ్మచెక్కపై ఉప్పు, మిరియాల పొడి చల్లి కొద్దిగా వేడి చేసి రసం పిండుకొని తాగితే మైగ్రెయిన్ తలనొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది.
* నిమ్మరసం, తేనె, గ్లిసరిన్ సమపాళ్లలో కలిపి చెంచా చొప్పున రోజుకు మూడుసార్లు తీసుకుంటే దగ్గు తగ్గుతుంది.
* నిద్రలేమితో బాధపడుతున్న వారు పడుకునే ముందు కొత్తిమీర రసం, పంచదార కలిపిన నీళ్ళను తాగితే ఫలితం ఉంటుంది.
* రక్తంలోని కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించుకొని సన్నబడాలంటే రోజూ పెరుగును తీసుకోవాలి.
* గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే కొవ్వు పదార్థాలు తక్కువ వుండే ఆహారపదార్థాలు తీసుకోవాలి.
* మధుమేహంతో బాధపడేవారు నిత్యం ఆహారంలో ఉల్లి, వెల్లుల్లి ఉండేలా చూసుకుంటే ఎంతో మేలు.
* రాత్రి 7 నుంచి 8 గంటల లోపు ఆహారం తీసుకోవడం, తిన్న తరువాత కనీసం ఒక అరగంట నాటి అయినా నడవడం అలవాటు చేసుకోవడం వల్ల అరుగుదల బాగుండడంతో పాటు ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు కూడా దరిచేరకుండా ఉంటాయి.

# సినిమా

## భారతీయుడు ఈజ్ బ్యాక్


● కమల్‌హాసన్

‘‘హలో... ఏ తప్పు జరిగినా నేను తప్పకుండా వస్తాను. భారతీయుడుకి చావే లేదు’ అంటూ ‘ఇండియన్’ (‘భారతీయుడు’) చిత్రం చివర్లో కమల్‌హాసన్ చెప్పే డైలాగ్‌తో ‘ఇండియన్ 2’ (‘భారతీయుడు 2’) ఇంట్రో గ్లింప్స్ మొదలవుతుంది. కమల్‌హాసన్ హీరోగా శంకర్ దర్శకత్వంలో రూపొందిన ‘ఇండియన్’ (1993)కి సీక్వెల్‌గా ‘ఇండియన్ 2’ తెరకెక్కుతోంది. కాజల్ అగర్వాల్ హీరోయిన్‌గా నటించిన ఈ చిత్రంలో సిద్ధార్థ్, ప్రియా భవానీ శంకర్, రకుల్ ప్రీత్ సింగ్, ఎస్‌జే సూర్య, బాబీ సింహా కీలక పాత్రధారులు. సుభాస్కరన్, ఉదయ నిధి స్టాలిన్ నిర్మిస్తున్నారు. శుక్రవారం ‘ఇండియన్ 2’ ఇంట్రో గ్లింప్స్ వీడియోను రిలీజ్ చేశారు. ‘‘భారతీయుడు ఈజ్ బ్యాక్’ అంటూ ‘ఇండియన్ 2’ తెలుగు వెర్షన్ గ్లింప్స్‌ను దర్శకుడు ఎస్ఎస్ రాజమౌళి షేర్ చేశారు. ఈ వీడియోలో ‘నమస్తే ఇండియా.. భారతీయుడు ఈజ్ బ్యాక్’ అంటూ కమల్‌హాసన్ చెప్పిన డైలాగ్ ఉంటుంది.

## నన్ను తమిళ అబ్బాయిలా ఉన్నావనేవారు
- నాని


● ఎస్ఆర్ ప్రభు, రాజు మురుగన్, కార్తీ, అనూ ఇమ్మాన్యుయేల్, నాని, వంశీ పైడిపల్లి

‘‘ఈగ’ సినిమా తమిళంలో విడుదలైన తర్వాత నేను ఎప్పుడు చెన్నై వెళ్లినా.. నన్ను తమిళ అబ్బాయిలా ఉన్నావనేవారు. అలాగే కార్తీని చూస్తే చాలామంది తెలుగు ప్రేక్షకులు తెలుగబ్బాయిలా ఉన్నాడంటారు. నాకు తెలిసి తెలుగు ప్రేక్షకులు కార్తీని సొంతం చేసుకున్నారు. వరుసగా మూడు హిట్స్ సాధించి ఇప్పుడు ‘జపాన్’తో ముందుకొస్తున్నాడు కార్తీ. దీపావళికి వస్తున్న ఈ సినిమా పెద్ద విజయం సాధించాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నాను’’ అని హీరో నాని అన్నారు. కార్తీ, అనూ ఇమ్మాన్యుయేల్ జంటగా నటించిన చిత్రం ‘జపాన్’. రాజు మురుగన్ దర్శకత్వంలో ఎస్ఆర్ ప్రకాశ్‌బాబు, ఎస్ఆర్ ప్రభు నిర్మించిన ఈ సినిమా పాన్ ఇండియా స్థాయిలో ఈనెల 10న విడుదలవుతోంది. ఈ సందర్భంగా శుక్రవారం హైదరాబాద్‌లో జరిగిన ఈ చిత్రం ప్రీ రిలీజ్ వేడుకకి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన **నాని మాట్లాడుతూ** – ‘‘జపాన్’ లాంటి చిత్రం తీసి ప్రేక్షకుల్ని మెప్పించడం అంత సులభం కాదు. కానీ, ఈ మూవీ ట్రైలర్ చూశాక టీమ్ ఎనర్జీ, నమ్మకం నాకు కనిపించింది. అనూ ఇమ్మాన్యుయేల్ నా ‘మజ్ను’ సినిమాతో పరిచయమైంది. ‘జపాన్’ ట్రైలర్ చూసినప్పుడు చాలా మంచి సినిమాలో భాగస్వామ్యం అయినట్లు అనిపించింది. ప్రభుగారు మంచి సినిమాలు నిర్మిస్తుంటారు. లెక్కలు చూసుకుని పని చేసే నిర్మాత కాదు.. ప్యాషన్‌తో, ప్రాణం పట్టి పనిచేసే నిర్మాతలాగా అనిపిస్తారు. ఇలాంటి మంచి సినిమా తీసిన డైరెక్టర్ రాజు మురుగన్‌కి అభినందనలు’’ అన్నారు. ‘‘జపాన్’ నా మనసుకు బాగా దగ్గరైంది’’ అన్నారు **కార్తీ**. ‘‘జపాన్’ అంతా రాజు మురుగన్ శైలిలో ఉంటుంది. ఈ సినిమా ప్రేక్షకులను నిరుత్సాహ పరచదు. అన్నపూర్ణ స్టూడియోస్ భాగస్వామ్యంలో తెలుగులో ఈ సినిమా విడుదల చేస్తుండటం సంతోషంగా ఉంది’’ అని **ఎస్ఆర్ ప్రభు** అన్నారు. **రాజు మురుగన్ మాట్లాడుతూ**– ‘‘కళకు భాషతో సంబంధం లేదు. తెలుగు ప్రేక్షకులు సినిమాని పండగలా సెలబ్రేట్ చేసుకుంటారు. భారతీయ సినిమాకి ఐకానిక్‌గా గుర్తింపు పొందింది టాలీవుడ్’’ అన్నారు. ఈ వేడుకలో నిర్మాత సుప్రియ, దర్శకుడు వంశీ పైడిపల్లి, నటులు సునీల్, రాకేందు మౌళి, పాటల రచయిత భాస్కరభట్ల తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ఏడాదిగా ఆమె నాకోసం కష్టపడుతున్నారు
- సమంత



‘‘చెడుపై మంచి సాగించే అంతిమ యుద్ధంలో ఈసారి ఒకరు కాదు ముగ్గురు సూపర్ హీరోలు పోరాడుతున్నారు. ఈ దీపావళికి యాక్షన్ ప్యాక్ రైడ్‌లా వస్తున్న ‘ది మార్వెల్స్’ సినిమా చూడటానికి ఉత్సాహంగా ఎదురు చూస్తున్నా’’ అన్నారు హీరోయిన్ సమంత. మార్వెల్ సినిమాటిక్ యూనివర్స్‌లో భాగంగా ‘కెప్టెన్ మార్వెల్’కు సీక్వెల్‌గా నియా డకోస్టా దర్శకత్వంలో ‘ది మార్వెల్స్’ రూపొందింది. కెప్టెన్ మార్వెల్‌గా బ్రీ లార్సన్, మిస్ మార్వెల్‌గా ఇమాన్ వెల్లనీ, మోనికాగా తెయోనా పారిస్ నటించారు. మార్వెల్ స్టూడియోస్ నిర్మించిన ఈ చిత్రం ఈ నెల 10న తెలుగు, ఇంగ్లిష్, హిందీ, తమిళ భాషల్లో ఇండియాలో విడుదలవుతోంది. ఈ సందర్భంగా శుక్రవారం ‘ది మార్వెల్స్’ ప్రోమోను రిలీజ్ చేసిన సమంత మాట్లాడుతూ– ‘‘మహిళా శక్తిని బలపరిచే చిత్రాలను ప్రోత్సహించేందుకే ఇక్కడకు వచ్చాను. నేను ఓ అవెంజర్ అయి, నాకో టీమ్ ఉంటే అందులో నా ఫ్యాన్స్ ఉండాలని కోరుకుంటాను. ఇండస్ట్రీ వారు టీమ్‌గా ఉండాలనుకుంటే అల్లు అర్జున్, విజయ్ దేవరకొండ, ఆలియా భట్, ప్రియాంకా చోప్రా ఉండాలనుకుంటా. నా మొదటి హీరో మా అమ్మే. ఏడాదిగా ఆమె నా కోసం ఎంతో కష్టపడుతున్నారు’’ అన్నారు.

## ఆవకాయ తాండ్ర...


● తరుణ్ భాస్కర్

‘అప్పడప్పడ తాండ్ర ఆవకాయ తాండ్ర...’ అంటూ చిందేశారు దర్శకుడు తరుణ్ భాస్కర్. అజయ్ భూపతి దర్శకత్వం వహించిన ‘మంగళవారం’ చిత్రంలోని పాట ఇది. పాయల్ రాజ్‌పుత్, అజ్మల్ అమీర్ జంటగా స్వాతీ రెడ్డి గునుపాటి, సురేష్ వర్మ .ఎం నిర్మించారు. బి. అజనీష్ లోక్‌నాథ్ స్వరపరచిన ఈ చిత్రంలోని ‘అప్పడప్పడ తాండ్ర...’ అంటూ సాగే పాటని రిలీజ్ చేశారు. తరుణ్ భాస్కర్, గణేష్ ఎ. రాసిన ఈ పాటను రాహుల్ సిప్లిగంజ్ పాడారు. ఈ ప్రత్యేక పాటలో తరుణ్ భాస్కర్ నటించడం విశేషం. ‘‘తరుణ్ భాస్కర్ గెటప్, లుంగీలో డాన్స్ చేయడం ఈ పాట ప్రత్యేకత. కోనసీమలోని ఓ పల్లెటూరిలో చిత్రీకరించిన ఈ పాట పల్లె ప్రజల మధ్య సంభాషణలు, ఊరిలో పరిస్థితులను తెరపై ఆవిష్కరించేలా ఉంటుంది’’ అన్నారు అజయ్ భూపతి.

## స్వర్గం నరకం ఈశ్వరరావు ఇక లేరు



సీనియర్ నటుడు ఈశ్వరరావు కన్నుమూసిన విషయం ఆలస్యంగా వెలుగులోకి వచ్చింది. అమెరికాలోని మిచిగాన్‌లో ఉన్న తన కుమార్తె ఇంటికి వెళ్లిన ఆయన అనారోగ్య కారణంతో అక్టోబర్ 31న తుది శ్వాస విడిచారు. దాసరి నారాయణరావు దర్శకత్వం వహించిన సూపర్ హిట్ చిత్రం ‘స్వర్గం నరకం’ (1975) ద్వారా వెండితెరకు పరిచయం అయ్యారు ఈశ్వరరావు. ఈ చిత్రంలో తన నటనకుగాను కాంస్య నంది అవార్డును అందుకున్నారు ఈశ్వరరావు. ఆ తర్వాత ‘దేవతలారా దీవించండి’, ‘ప్రేమాభిషేకం, యుగపురుషుడు, దయామయుడు, ప్రెసిడెంట్‌గారి అబ్బాయి, జయం మనదే, శభాష్ గోపి’ తదితర చిత్రాల్లో నటించి, ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్నారాయన. చిరంజీవి హీరోగా కె.రాఘవేంద్ర రావు దర్శకత్వం వహించిన ‘ఘరానా మొగుడు’ (1992) సినిమాలో చివరిసారిగా కనిపించారు ఈశ్వరరావు. దాదాపు 200కు పైగా చిత్రాల్లో నటించారు. పలు సీరియల్స్‌లో నటించి బుల్లితెర ప్రేక్షకులనూ అలరించారాయన. ఈశ్వరరావు మృతికి పలువురు సినీ ప్రముఖులు సంతాపం తెలిపారు.

## యూత్‌ఫుల్ ఎంటర్‌టైనర్


● వేణుగోపాల్, విక్రమ్ రెడ్డి, ‘దిల్’ రాజు

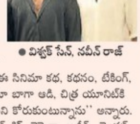
హర్ష నర్రా, సందీప్ సరోజ్, తరుణ్, సుప్రజ్ రంగా, సోనూ ఠాకూర్, నువేక్ష, మేఘలేఖ, ఖుష్బూ చౌదరి హీరో హీరోయిన్లుగా నటిస్తున్న యూత్‌ఫుల్ ఎంటర్‌టైనర్ ‘రోటి కపడా రొమాన్స్’. విక్రమ్ రెడ్డి దర్శకత్వంలో వేణు గోపాల్, సృజన్ కుమార్ బొజ్జం నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమా షూటింగ్ 90 శాతం పూర్తయింది. ఈ టైటిల్ లోగో రిలీజ్ చేసిన నిర్మాత ‘దిల్’ రాజు మాట్లాడుతూ– ‘‘ఈ సినిమా కథ విన్నాను. కొత్త కంటెంట్ ఉన్న చిత్రాలను మన ఆడియన్స్ ఆదరిస్తారు. ఈ చిత్రం కూడా ఇదే కోవలో ఉంటుందని ఆశిస్తున్నాను’’ అన్నారు. ‘‘పక్కా యూత్‌ఫుల్ ఎంటర్‌టైనర్ ఫిల్మ్ ఇది’’ అన్నారు వేణుగోపాల్, విక్రమ్.

## ఇరవై ఏళ్లకు నా కల నెరవేరింది
- ఆర్‌ఏ వెంకట్



‘‘ఒకసారి ఫ్రెండ్స్‌తో కలిసి సినిమా చూస్తున్నప్పుడు నాకు ‘దీపావళి’ కథ ఆలోచన పుట్టింది. పల్లెటూరు, అక్కడి ఓ ముసలి వ్యక్తి, మనవడు, వారు ప్రేమగా పెంచుకునే మేక పిల్ల.. ఈ అంశాలను కనెక్ట్ చేస్తూ భావోద్వేగాలతో ‘దీపావళి’ తీశాను’’ అని దర్శకుడు ఆర్‌ఏ వెంకట్ అన్నారు. ‘స్రవంతి’ రవికిశోర్ తొలిసారి తమిళంలో నిర్మించిన చిత్రం ‘కీడా’. తెలుగులో ‘దీపావళి’ పేరుతో అనువదించారు. పూ రాము, కాళీ వెంకట్ ప్రధాన పాత్రలు పోషించిన ఈ చిత్రం ఈ నెల 11న తెలుగు, తమిళ భాషల్లో విడుదలవుతోంది. ఈ సందర్భంగా చిత్రదర్శకుడు ఆర్‌ఏ వెంకట్ మాట్లాడుతూ– ‘‘మాది తమిళనాడు. 2003లో చెన్నైలో ఆఫీస్ బాయ్‌గా నా జీవితం ప్రారంభించి, అసిస్టెంట్, అసోసియేట్ డైరెక్టర్‌గా చేశాను. దర్శకునిగా ‘దీపావళి’ నా తొలి సినిమా. 20 ఏళ్ల తర్వాత నా కల నిజమైంది. రవికిశోర్‌గారి తొలి తమిళ సినిమాకు నేనే డైరెక్టర్ అని చెప్పుకోవటం ఎంతో గర్వంగా ఉంది. నా తర్వాతి సినిమా కోసం ఎమోషనల్ పాయింట్‌తోనే ఓ కథను సిద్ధం చేస్తున్నాను. రవికిశోర్‌గారికి నచ్చింది. ఈ సినిమాని ఓ స్టార్ హీరోతో చేసే ఆలోచనలో ఉన్నాం’’ అన్నారు.

## తెరచాప ఆడాలి
- విశ్వక్ సేన్


● విశ్వక్ సేన్, నవీన్ రాజ్

నవీన్ రాజ్ సంకరపు, పూజా సుహాసిని ముఖ్య తారలుగా నటిస్తున్న చిత్రం ‘తెరచాప’. జోయల్ జార్జ్ దర్శకత్వంలో కైలాష్ దుర్గం నిర్మిస్తున్న ఈ సినిమా టైటిల్‌ను హీరో విశ్వక్ సేన్ విడుదల చేసి, మాట్లాడుతూ– ‘‘టైటిల్ డిజైనింగ్ బాగుంది. ఈ సినిమా కథ, కథనం, టేకింగ్, అన్నీ నాకు తెలుసు. ఈ సినిమా బాగా ఆడి, చిత్ర యూనిట్‌కి మంచి విజయాన్ని చేకూర్చాలని కోరుకుంటున్నాను’’ అన్నారు. ఈ చిత్రానికి సంగీతం: ప్రజ్వల్ క్రిష్, కెమెరా: అజీమ్–వెంకట్.

## మార్పు కోసం..


● సుమన్

సుమన్, అజయ్ ఘోష్ ప్రధాన పాత్రల్లో నటించిన చిత్రం ‘జనం’. వెంకటరమణ పసుపులేటి స్వీయ దర్శకత్వంలో నిర్మించారు. ఈ సినిమా ఈ నెల 10న రిలీజ్ అవుతున్న సందర్భంగా వెంకటరమణ పసుపులేటి మాట్లాడుతూ– ‘‘ప్రజలకు మంచి చేయాలని రాజకీయాల్లోకి వచ్చే నాయకులు తప్పుదారి పట్టిన ప్రజల ఓట్ల కోసం, ఎన్నికల్లో గెలవడం కోసం ఎలా తప్పు దారి పడుతున్నారు? అనే నేపథ్యంలో ఈ చిత్రకథ సాగుతుంది’’ అన్నారు.

## పైరసీకి అడ్డుకట్ట వేస్తాం
- కేంద్ర మంత్రి అనురాగ్ ఠాకూర్



‘‘పైరసీ కారణంగా ప్రతి ఏడాది వినోద రంగానికి రూ.20 వేల కోట్లు నష్టం వాటిల్లుతోంది. ఓ సినిమా నిర్మాణానికి పడ్డ కష్టం పైరసీ వల్ల వృథాగా పోతోంది. పైరసీని అడ్డుకోవడానికి కేంద్ర ప్రసార, సమాచార మంత్రిత్వ శాఖలో నోడల్ ఆఫీసర్స్‌ను నియమించడం జరిగింది’’ అని కేంద్ర ప్రసార, సమాచార శాఖ మంత్రి అనురాగ్ ఠాకూర్ అన్నారు. ఇటీవల సినిమాటోగ్రఫీ చట్టం–1952లో సవరణలు చేసి, కొత్త బిల్లును పార్లమెంట్‌లో ఆమోదించిన విషయం తెలిసిందే. ఇందులో పైరసీని అరకట్టడం అనేది ఓ ప్రధానాంశం. ఈ విషయమై శుక్రవారం అనురాగ్ ఠాకూర్ మాట్లాడుతూ– ‘‘ ముంబైలోని సెంట్రల్ బోర్డ్ ఆఫ్ ఫిల్మ్ సర్టిఫికేషన్ కార్యాలయంలో, ప్రాంతీయ కార్యాలయాల్లో పైరసీ, డిజిటల్ పైరసీల ఫిర్యాదులను స్వీకరించేందుకు అధికారులను నియమించాం. డిజిటల్ ప్లాట్‌ఫామ్స్‌లో ఉన్న పైరేటెడ్ కంటెంట్‌పై నోడల్ ఆఫీసర్స్‌కు ఫిర్యాదు చేస్తే సంబంధిత అధికారులు 48 గంటల్లో ఆ కంటెంట్‌ను ఆ డిజిటల్ ప్లాట్‌ఫామ్స్ నుంచి తొలగించేలా చర్యలు చేపడతారు’’ అని చెప్పుకొచ్చారు.